

Wirtschaftsfrauen

Resilienz

Liebe Wirtschaftsfrauen,

beim Februartreffen geht es um **Resilienz und Trommeln**. Laut einer bemerkenswerten Theorie kann Trommeln als **somatischer Ansatz** körperliche und emotionale Spannungen abbauen. Und helfen, Energieblockaden und negative Denkmuster aufzulösen, was zu einer verbesserten Lebensqualität und einem gestärkten Wohlbefinden führt.

Lasst uns zusammen trommeln!

Montag, 3. Februar 2025 | 19:15 – 22 Uhr

Mit **Severino Ferreira da Silva** - Schwerpunkt Resilienz bei der Evangelischen Arbeitsstelle
Leitung: **Dagmar Eck**

Ort: **Heinz-Wilhelmy-Haus | Unionstraße 1 | 67657 Kaiserslautern**

Kostenfreie Teilnahme bei Platzreservierung bis 31.01.2025

E-Mail: sandra.hauser@evkirchepfalz.de | Tel.: 0631 3642-103

Erlebt die kraftvolle und beruhigende Wirkung des Trommelns, während wir gemeinsam lernen, wie wir unsere Resilienz stärken können. Diese Erfahrung wird uns nicht nur entspannen, sondern auch inspirieren und Energie für die Herausforderungen des neuen Jahres geben. Wir freuen uns auf einen inspirierenden und rhythmischen Abend mit euch!

Eure Dagmar und Regina

